

Conseils RDR*

• **Evite de mélanger avec l'alcool avant, pendant et tant que tu es sous l'effet du GHB/GBL car le risque de coma est important.**

- Le GHB/GBL se dilue dans un liquide sans alcool et se boit lentement.
- Le dosage est très précis donc sois prudent sur la quantité prise (des outils de dosage existent).
- En cas de doute, prends-en peu et attends les effets au moins 1h avant d'en reprendre.
 - Essaie de manger avant la prise de GHB/GBL et bois régulièrement de l'eau pendant la soirée.
 - Evite les mélanges avec d'autres produits psychoactifs y compris les médicaments.
- **Pense à te protéger lors de rapports sexuels car comme l'alcool, le GHB/GBL provoque une hypersensibilité et une baisse de vigilance pouvant te rendre plus vulnérable.**
 - Evite de prendre le volant ou le guidon, l'usage de GHB/GBL est totalement incompatible avec la conduite (sommolence et non coordination des mouvements).

*RDR : Réduction Des Risques

En cas d'urgence

- Appelle ou fais appeler le 112 ou le 15 et ne reste pas seule.
- Si la personne est consciente:
 - Maintiens-la éveillée en lui parlant, rassure-la, informe-toi sur ses consommations.
- Si elle est inconsciente:
 - Dégrafe ses vêtements serrés.
 - Vérifie qu'elle respire.
 - Mets-la en Position Latérale de Sécurité (PLS) et mets-lui un bras sous la tête pour éviter qu'elle ne s'étouffe avec ses vomissements ou sa langue.
 - Reste à côté d'elle le temps que les secours arrivent.



www.fetez-clairs.org

MAIRIE DE PARIS



*Prends soin de toi et de tes ami.e.s.
Renseigne-toi sur les risques liés à la fête sur www.fetez-clairs.org
pour que la fête reste un plaisir pour tou.te.s.*





Nom : Gamma Hydroxybutyrate /
Gamma-Butyrolactone

Prénom : GHB / GBL

Surnom : G, Ecstasy liquide, Liquide X, 1,4-BD

Découverte : 1874, A.M. Zaitsev (chimiste)

Aspect : poudre, liquide incolore

Côté loi : GHB - produit stupéfiant illégal,
vente et consommation interdite
GBL - inscrit sur la liste des produits
surveillés

Qu'est-ce que c'est ?

Le GHB est un anesthésique vendu sous forme liquide. Il existe également en poudre blanche qui peut se diluer dans un verre d'eau. Il est incolore et inodore.

Le GBL est un solvant utilisé dans l'industrie. Une fois absorbé, il se transforme en GHB dans l'organisme.

GBL  +  Foie

=

GHB



Idée reçue

Surnommée la drogue du viol, le GHB/GBL a mauvaise réputation même si l'alcool reste le premier produit psychoactif rapporté dans les cas d'agressions sexuelles.

Signes particuliers



• **A faible dose :**

- Effet de chaleur
- Sentiment de relaxation
- Désinhibition
- Euphorie...



• **A plus forte dose :**

- Hyper sensibilité - aphrodisiaque
- Effet sédatif
- Somnifère...



• **Mais c'est aussi :**

- Vomissements
- G-Hole (perte de la mémoire, perte de connaissance, coma ...)
- Dépression respiratoire pouvant entraîner la mort



**Renseigne-toi toujours sur le dosage précis.
Les effets peuvent durer jusqu'à 6h après la prise.
Les effets ressentis ne sont pas toujours ceux
recherchés au départ.**

Contacts utiles

Drogues info service

0 800 23 13 13

Appel gratuit depuis un poste fixe

CSAPA Charonne

Centre de soins et de prévention - 75013 Paris

01 45 83 22 22

Checkpoint Paris

Centre de santé communautaire - 75004 Paris

01 44 78 00 00

CSAPA Pierre Nicole

Consultation Jeunes Consommateurs - 75005 Paris

01 44 32 07 64

Renseigne-toi dans tous les CSAPA et CAARUD,
les coordonnées près de chez toi sur drogues.gouv.fr

**L'abus d'information
est bon pour la santé !**